

代谢-认知联动式护理干预对老年糖尿病合并轻度认知障碍患者的影响

赵爱焕¹ 李凤凤² 柳转岭^{2*}

1.天津警备区河西第三离职干部休养所

2.联勤保障部队第九八三医院

DOI:10.32629/ffcr.v3i8.18424

[摘要] 目的：进一步验证和考察代谢-认知联动式护理干预对老年糖尿病合并轻度认知障碍患者血糖波动与认知功能的影响。方法：选取2023年12月至2024年12月期间，院内收治的90例老年2型糖尿病合并轻度认知障碍患者作为研究分析依据，按照护理方案的不同，采用系统抽样法对其进行分组，参照组安排研究对象45例，给予常规护理，研究组安排研究对象45例，给予代谢-认知联动式护理干预，最终比对整体干预效果的差异。比对层面包括：血糖波动幅度、血糖达标时间百分比、血糖标准差、蒙特利尔认知评估量表评分、糖化血红蛋白水平。结果：在相同类型患者中开展不同形式的护理干预策略，所获效果截然不同，研究组显优参照组，P值小于0.05。结论：重点分析了代谢-认知联动式护理方案在老年糖尿病合并轻度认知障碍患者中的应用效果。其主要目的是通过对比方法，为该群体探寻一种安全可行且高效的干预策略，以最大限度提升治疗效果。研究结果令人满意，该操作形式能够充分满足患者实际需求，切实改善患者血糖波动，提升其认知功能，从而优化长期血糖控制水平，值得推崇。

[关键词] 代谢-认知联动式护理；老年糖尿病合并轻度认知障碍

中图分类号：R587.1 文献标识码：A

Effect of Metabolic-cognitive Linkage Nursing Intervention on Elderly Patients with Diabetes Mellitus and Mild Cognitive Impairment

Aihuan Zhao¹, Fengfeng Li², Zhuanling Liu^{2*}

1 Tianjin Garrison, Third Retirement Cadre Convalescent Home, Hexi

2 Joint Logistics Support Force, 983rd Hospital

Abstract: Objective: To further validate and investigate the effects of metabolic-cognitive integrated nursing intervention on blood glucose fluctuations and cognitive function in elderly patients with diabetes and mild cognitive impairment. Methods: A total of 90 elderly patients with type 2 diabetes and mild cognitive impairment admitted to the hospital from December 2023 to December 2024 were selected as the research sample. Patients were systematically sampled into two groups according to different nursing protocols: 45 patients in the control group received routine care, while 45 patients in the intervention group underwent metabolic-cognitive integrated nursing intervention. The overall effectiveness of the interventions was compared in terms of blood glucose fluctuation amplitude, percentage of time within target range, blood glucose standard deviation, Montreal Cognitive Assessment (MCA) scores, and glycated hemoglobin levels. Results: Different forms of nursing interventions showed significantly distinct effects among patients of the same type. The intervention group demonstrated markedly better outcomes than the control group ($P < 0.05$). Conclusion: This study primarily analyzes the application effects of metabolic-cognitive integrated nursing protocols in elderly patients with diabetes and mild cognitive impairment. Through comparative analysis, it aims to identify a safe, feasible, and efficient intervention strategy to maximize therapeutic outcomes. The results are promising, as this approach effectively meets patients' practical needs, significantly improves blood glucose control, enhances cognitive function, and optimizes long-term glycemic management—a practice worthy of promotion.

Keywords: Metabolic-cognitive linkage nursing; elderly patients with diabetes mellitus and mild cognitive impairment

引言

当前，我国老龄化问题严重，一些老年性疾病也随之而来，对家庭、社会、医疗体系均是一项巨大考验。2型糖尿病：临床常见慢性疾病，具备迁延不愈、病程较长、并发症居多等特点，深深困扰着国民生命健康。症状表现以多饮、多食、多尿、体重减轻为主，是糖尿病中较为高发的类型之一^[1]。时下，药物治疗、血糖监测、胰岛素干预、饮食控制、运动锻炼均是控制病情进展的重要举措，而选择何种护理干预模式，在开展药物治疗的同时加以辅佐，对老年糖尿病患者疾病控制效果的影响却十分关键^[2]。常规护理多围绕疾病本身开展基础性护理（如：血糖控制、病情监测、健康教育），但无法满足患者多层次需求。基于此，本文设计了此项对比研究，针对90例符合纳入标准的老年2型糖尿病合并轻度认知障碍患者展开分析探讨，具体研究成果汇报如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

收集整理2023年12月至2024年12月期间院内收治的90例老年糖尿病合并轻度认知障碍患者作为分析依据，按照护理方案的不同，采用系统抽样法对其进行组间划分，参照组与研究组各划入45例。参照组：男性26例，女性19例，年龄跨度62-88（75.32±2.06）岁。研究组：男性27例，女性18例，年龄跨度63-87（74.12±2.98）岁。两组患者基线资料对比，无明显差异（ $P>0.05$ ）。

1.2 护理方法

1.2.1 参照组施行常规护理内容，具体包括：（1）宣教：以口头方式、问答方式与患者交流，时长（10-30min）。（2）沟通内容：①饮食管理：告知患者合理控制饮食的重要性，教授患者如何自我监测血糖，并进行数据记录和解读。②用药干预：叮嘱患者要严格遵医嘱用药，包括口服药和胰岛素。③复查提醒：叮嘱患者定期复查，及时关注病情进展和控制效果。

1.2.2 研究组在开展常规护理方案的同时，增加代谢-认知联动式护理，具体操作如下：（1）血糖监测和血糖波动管理联动：①接收到患者后，采用持续血糖监测技术检测、追踪患者血糖波动情况，分析持续血糖监测数据，并及时将信息反馈给医生，便于医生动态调整降糖方案。监测频率（住院期间每日1次，出院后每月监测1次）。②护理人员根据血糖监测数据对患者进行个性化教育和管理，以提高其认知水平，重视低血糖的预防和血糖波动的观察^[3]。（2）营养和运动干预联动：①指导患者保持健康的饮食习惯，开展食物认知训练，例如：教授患者如何准确识别升糖食物，合理搭

配健康饮食，均衡营养膳食模式，确保营养摄入充足的同时，不会对疾病发展形成促进。②根据患者年龄、机体状况、耐受程度，为其制定适宜的运动方案，例如：建议开展快走、打太极、健身操、八段锦等运动项目。同步开展肌肉力量训练和平衡训练，训练频次（每周2-3次，每次20-30min），此外，通过微信方式为患者推送运动和饮食建议，鼓励患者记录自身运动和饮食日志^[4]。（3）认知功能训练与刺激联动：①以多种训练方式提高患者认知，可包括朗读理解、拼图、唱歌、算数。还可通过引入怀旧疗法，帮助患者回忆过往愉快记忆，减轻认知障碍诱发的不良情绪和心理压力。②训练需掌握循序渐进原则，不可操之过急，结合患者基线认知制定任务难度。训练过程中，需多加给予患者表扬和鼓励，鼓励其多动脑，多社交，以提升训练动力，训练频率（每周2-3次，每次30min）。（4）远程支持和延续性随访联动：①通过微信交流群、公众号定期推送疾病相关知识、护理要点和认知训练小妙招，提升患者的自我护理能力。②定期开展线上直播或微课堂，采用通俗易懂的话语，详细地为患者讲解如何识别血糖波动症状，同步解答患者内心疑惑。③微信平台提供用药提醒服务，通过发送每日定时通知、监测或培训来帮助认知功能减退患者坚持日常计划^[5]。（5）治疗依从性管理与强化护理评价联动：①耐心地为患者讲解糖尿病与认知障碍相关知识，并强调护理干预措施对疾病控制的重要性，进一步加深患者对自身疾病的了解程度。②先为患者制定小目标，完成后给予表扬，以增强患者自我效能感。对依从性较差的患者，可动员家属积极参与到护理工作中，密切监督和提醒患者规范用药、合理饮食，积极开展体育锻炼。③通过列举既往成功案例的方式，增强患者康复信心^[6]。出院后为患者提供定期的电话随访和上门随访，以持续提供专业性护理和指导。

1.3 观察指标

分析观察两组患者在血糖波动幅度（MAGE）、血糖达标时间百分比（TIR）、血糖标准差（SDBG）、蒙特利尔认知评估量表（MoCA）评分、糖化血红蛋白（HbA1c）水平方面的差异表现。

1.4 统计学方法

采用SPSS 21.0软件进行t检验， χ^2 检验或Fisher精确检验。

2 结果

在两组间开展不同形式的护理干预策略，发现研究组获效果更加理想，指标对比，差异显著（ $P<0.05$ ），见表1-2：

表1 两组整体干预效果比较（ $\bar{x}\pm s$ 、n、分）

组别	MACE (mmol/L)		TIR (%)		SDBG (mmol/L)	
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后

参照组 (n=45)	3.82±0.92	3.22±0.61	69.84±7.82	75.49±10.53	1.42±0.44	1.28±0.33
研究组 (n=45)	3.42±0.89	2.62±0.69	66.83±8.05	82.96±6.53	1.53±0.32	0.92±0.22
t 值	-1.742	-3.625	-1.472	3.305	1.138	-5.005
P 值	0.086	0.001	0.146	0.002	0.261	0.000

表2 两组整体干预效果比较 ($\bar{x} \pm s$ 、n、分)

组别	MoCA 评分		HbA1c 水平	
	干预前	干预后	干预前	干预后
参照组 (n=45)	21.66±2.15	22.32±2.06	8.16±0.46	8.02±0.27
研究组 (n=45)	22.04±2.22	26.53±1.45	8.25±0.63	7.78±0.47
t 值	0.678	9.163	0.642	-2.281
P 值	0.502	0.000	0.523	0.025

3 讨论

代谢-认知联动式护理是一种新型干预模式,主要通过整合血糖管理与系统化认知支持,构建协同作用的干预模式,为改善患者血糖波动情况及认知功能提供新的路径^[7]。本文以对比方式,将差异性干预策略开展于两组老年糖尿病合并轻度认知障碍患者中,干预结果显示,研究组 MAGE、TIR、SDBG、MoCA、HbA1c 水平控制效果更加理想。究其原因:传统护理往往缺乏深度,难以全面满足患者的整体需求。而代谢-认知整合护理模式则代表了一种创新方法,它将血糖管理与认知功能训练无缝结合。这一多维度干预体系提供量身定制的解决方案,在血糖控制方面,制定包含饮食调整和用药指导的个性化方案;在认知增强方面,设计记忆训练和认知训练等定制化训练计划^[8]。通过这种协同疗法,实现了代谢功能与认知功能的同步提升,形成双向增强效应,既改善患者生活质量,又满足其深层需求,这也是研究组能够取得最佳护理效果的关键所在。

总而言之,联动护理干预方案的开展实施,对于老年糖尿病合并轻度认知障碍患者的影响意义深远,值得推广。

[参考文献]

[1]杨娇,袁真.代谢-认知联动式护理干预对老年糖尿病合并轻度认知障碍患者血糖波动与认知功能的影响[J].现代

养生,2025,25(23):1803-1806.

[2]黄晓漫,林淳燕,蔡子璇.医院-社区-家庭三元联动护理模式对糖尿病足患者出院后健康管理的临床研究[J].糖尿病新世界,2024,27(16):170-173.

[3]黄健,谢伟婵,胡晓娟.联动延续护理模式对糖尿病足患者糖代谢、遵医行为及生存质量的影响[J].足踝外科电子杂志,2023,10(2):40-43.

[4]刘容容.联动式健康教育模式在糖尿病患者延续护理临床实践过程中的应用效果[J].糖尿病天地,2020,17(11):270.

[5]钟燕霞.联动式健康教育联合居家自我护理在糖尿病患者中的应用[J].糖尿病天地,2020,17(7):202.

[6]赵竞.联动式健康教育在糖尿病患者护理中的应用分析价值[J].医学美学美容,2021,30(1):49-50.

[7]郭珠娜.联动式健康教育在糖尿病患者护理中的应用价值评价[J].糖尿病新世界,2020,23(3):133-135.

[8]徐昆.医院社区联动式健康教育在糖尿病患者护理中的应用[J].中国社区医师,2021,37(12):168-169.

作者简介:

赵爱焕(1984.06-),女,汉族,天津河北区人,本科,中级,研究方向为老年护理,精神心理学。

柳转岭(1985.12-),女,汉族,本科,副主任护师,研究方向为慢性病防治,糖尿病教育,老年病护理。